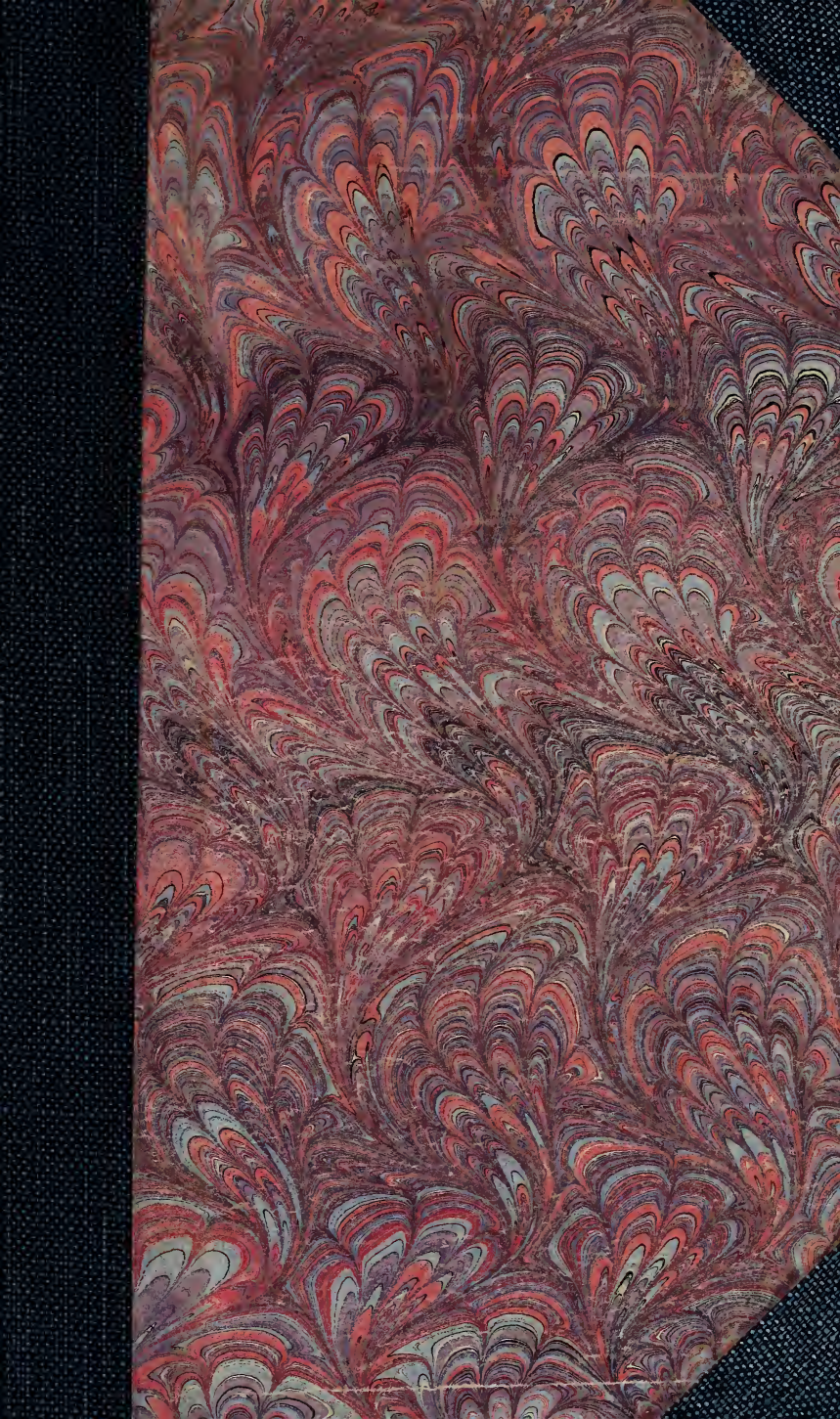
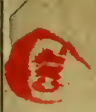


Boston Medical Library
in the Francis A. Countway
Library of Medicine ~ *Boston*

Digitized by the Internet Archive
in 2011 with funding from
Open Knowledge Commons and Harvard Medical School

http://www.archive.org/details/essaisurlasant00vira


Puberty

Virgin

ESSAI

SUR

LA SANTÉ

DES

FILLES NUBILES.

ESSAI

SUR

LA SANTÉ

DES

FILLES NUBILES.

PAR P. VIRARD, Docteur en Médecine de l'Université de Montpellier.

Seconde Edition revue & augmentée.

Thesaurum habent in vasis fragilibus.
S. Paul. 2. Corinth. Cap. 4. ℣. 7.

A LONDRES,
Et se trouve à GRENOBLE,
CHEZ LES LIBRAIRES.

M. DCC. LXXIX.

EPITRE DÉDICATOIRE

A MONSIEUR

JACQUES VIRARD,

MARCHAND, à Grenoble.

Vous recevriez sans doute avec plaisir, MON CHER ONCLE, les premieres fleurs d'une

plante que vous auriez cultivée ; agréez de même l'Ouvrage que je vous présente : il intéresse l'humanité dont vous êtes l'ami ; il ne sauroit vous déplaire.

Je suis avec respect & reconnoissance,

MON CHER ONCLE,

Votre très-humble & très-obéissant serviteur & neveu,

VIRARD.

A Grenoble, le 6 Février 1779.

PRÉFACE.

ON entend par filles nubiles, celles qui ſont prêtes à ſe marier, c'eſt-à-dire, à être fécondées, à devenir meres. Le flux menſtruel qui les caractériſe eſſentiellement, eſt une évacuation ſanguine, dont les dérangements ſont ſi faciles & ſi dangereux que la foule de maux qu'ils entraînent ordinairement, ſont, le plus ſouvent, très-rébelles même aux ſecours

de la Médecine les plus ſavamment & les plus prudemment adminiſtrés. Mais ce qui eſt bien plus funeſte encore, c'eſt que ſi les filles, après avoir éprouvé ces maux, viennent à ſe marier, ſe trouvant preſqu'entierement épuiſées, elles ſont impropres à la génération; ou ſi elles y ont encore quelque aptitude, ce n'eſt que pour devenir meres d'enfants foibles, mal conſtitués, auxquels elles ne ſurvivent que pour ſouffrir; ſi toutefois elles ont eu aſſez de force

pour réſiſter à des accouchements ſouvent très-laborieux.

D'après ces conſidérations, rien ne paroît plus avantageux à cette partie du beau ſexe, que de connoître les moyens de conſerver ſa ſanté : c'eſt ce que je me propoſe de lui enſeigner par cet Eſſai, que je diviſe en trois Parties.

Dans la premiere, je traiterai de l'apparition du flux menſtruel, ou des regles ; de l'âge auquel elle ſe fait ; de ce qu'il faut obſerver, lorſ-

qu'elle eſt prête à ſe faire ; enfin, du retour périodique des regles, &c.

Dans la ſeconde, j'expoſerai avec toute l'exactitude poſſible, les principales cauſes qui peuvent déterminer l'altération, ou la ſuppreſſion des regles. Je ſerai ſouvent obligé d'entrer dans des détails qui paroîtront peut-être minutieux, mais qui à coup ſûr ne ſont pas inutiles, comme pourront en juger ceux ou celles qui s'y connoiſſent : car s'il eſt des cas où les plus petites cauſes

produiſent les plus grands effets, c'eſt ſur-tout chez les filles nubiles.

Je propoſerai enſuite le traitement, le plus ſimple & le plus ſûr, de la maladie appellée communément pâles-couleurs.

Dans la troiſieme & derniere Partie, je preſcrirai le régime le plus convenable aux filles nubiles; je n'oublierai pas celles qui ſont cloîtrées, de même que les jeunes veuves, qui ſont à peu près dans le même cas.

Cet Eſſai ne peut être que très-utile à celles pour qui je le deſtine ; les femmes en général qui n'auront pas paſſé quarante-cinq ans, ou qui ſeront encore réglées, pourront également s'y inſtruire ; les unes & les autres le liront toujours avec avantage. J'ai eu ſoin de mettre tout à leur portée ; & les termes de Médecine que je n'ai pu me diſpenſer d'employer, y ſont rendus on ne peut pas plus intelligiblement.

En un mot, tout eſt traité

dans cet Ouvrage ſelon les vrais principes médicinaux: on y trouvera par-tout la vérité, ſouvent même la franchiſe ; cette derniere cependant y eſt ſi ſagement ménagée, que je ne crois pas que les plus ſcrupuleuſes puiſſent raiſonnablement en être effarouchées.

CETTE Edition contient pluſieurs avis intéreſſants qui ne ſe trouvent pas dans la premiere. J'ai fait auſſi-bien que j'ai pu ; que d'autres faſſent mieux, je le verrai

avec la douce ſatisfaction qu'auroit un frere ſenſible, en voyant ſoulager des ſœurs chéries & malheureuſes, qu'il n'auroit pu ſoulager lui-même.

ESSAI

ESSAI
SUR LA SANTÉ
DES
FILLES NUBILES.

PREMIERE PARTIE.

De l'apparition des Regles, &c.

C'EST ordinairement à l'âge de quatorze à quinze ans que les filles deviennent nubiles ; juſqu'alors la nature occupée à leur accroiſſement, ne leur a rien fourni de ſuperflu : mais cet âge

arrivé, elles ceſſent de croître, du moins ſenſiblement; la gorge, qui depuis quelque temps commençoit à ſe faire appercevoir, ſe trouve alors preſque tout-à-fait formée; la voix change un peu, devient moins flûtée; elles ſont pâles, rêveuſes, mélancoliques (1); elles s'ennuient de tout, & principalement de ce qui les amuſoit le plus; elles cherchent la ſolitude : le dégoût ſurvient, les digeſtions ſe font mal; elles ont même quelquefois des envies de vomir & le goût dépravé; elles ſentent intérieurement une chaleur ſourde, très-incommode; la tête

(1) Pluſieurs filles deviennent nubiles, pour-ainſi-dire, ſans s'en appercevoir; ſi ce n'eſt par la plus grande vitalité, par la plus grande vigueur qu'elles acquierent.

tête ſe charge ; les idées ſe brouillent ; un rien les fatigue. Tout ſemble enfin devoir les précipiter dans les maux les plus graves ; lorſque, après une douce chaleur, qui ſe fait ſentir principalement dans le bas-ventre, il ſurvient un titillement aux parties génitales : les regles arrivent ; & tous les avant-coureurs incommodes qui les annonçoient, diſparoiſſent, pour faire place à la plus brillante ſanté.

En effet, jamais les filles n'ont eu le teint ſi fleuri, les yeux plus ſcintillants, n'ont été ſi gaies, ſi intelligentes, ſi diſpoſées à aimer, en un mot ſi aimables qu'elles le deviennent alors : & un ſavant Médecin a très-bien déſigné le temps de l'apparition

des regles, en le nommant l'aurore du beau ſexe.

L'âge de quatorze à quinze ans, n'eſt l'époque de l'apparition des regles que pour le plus grand nombre des filles. Il en eſt chez qui elle ſe fait plutôt, d'autres plus tard ; celles, par exemple, qui habitent les contrées méridionales de la France (pour ne parler que des Françoiſes), comme les Provençales, les Languedociennes, &c. ſont ordinairement réglées à treize, même à douze ans. Auſſi obſerve-t-on qu'à Montpellier (2) les filles y

(2) J'ai obſervé, tant à Paris, à Montpellier, qu'à Grenoble, que la plus grande partie des jeunes femmes & des jeunes filles étoient reglées à la fin de chaque mois, c'eſt-à-dire, pendant les premieres phaſes de la lune. Cet aſtre auroit-il quel-

ſont petites, ſeches, ardentes, très-paſſionnées; ce qui tient à la chaleur, à la ſiccité, à la ſalubrité du beau pays qu'elles habitent.

La même choſe arrive aux filles qui habitent les pays froids, lorſqu'elles ſe forment une athmoſphere échauffante, par l'oiſiveté, la molleſſe, l'uſage des aliments incendiaires; par la lecture de certains livres, la contemplation de certaines eſtampes, par la fréquentation de certaines compagnies: ce qui forme autant de

qu'influence ſur la menſtruation? De grands hommes l'ont penſé, & cela doit nous ſuffire, au moins pour ne pas rejeter légérement leur opinion; & comme a dit l'illuſtre Chancelier de l'Univerſité de Montpellier, M. *Barthez*, ce ne ſera qu'après des obſervations multipliées & bien faites, qu'on pourra ſur cet objet, comme ſur tout ce qui a rapport à l'art de guérir, ſavoir quelque choſe de certain.

causes qui échauffent & réveillent de bonne heure l'imagination, & accélerent par conséquent l'apparition des regles.

Les paysannes qui, sans cesse occupées à des travaux pénibles, dissipent beaucoup par la transpiration & les sueurs, n'usent d'ailleurs que d'aliments grossiers, très-peu nourrissants, doivent nécessairement avoir plus tard du superflu. Aussi n'est-il pas rare d'en voir parmi elles qui ne sont pas encore réglées à seize, dix-sept, dix-huit, dix-neuf, même vingt ans (3).

(3) Dans le mois de juillet 1776, il y avoit à l'Hôpital de la Providence de Grenoble, une fille âgée de vingt-cinq ans, d'une constitution très-forte, Charbonniere de profession, qui eut ses regles pour la premiere fois, après quelques jours de repos où la nécessitoit la fracture d'une jambe.

Tant que les filles ſe portent bien, qu'elles ſoient nubiles ou non, quel âge qu'elles aient, on ne doit point les médicamenter; il eſt même beaucoup de cas où il ſeroit très-dangereux d'attribuer leurs infirmités au retard de l'apparition des regles. Voilà ce que malheureuſement l'on n'obſerve pas aſſez; car auſſi-tôt qu'une fille a quinze ans, & qu'elle n'eſt pas nubile, le moindre mal-aiſe qu'elle ſe ſent (auquel l'on ne feroit pas attention ſi elle n'avoit que dix ans), on a recours à tous les remedes ordinaires, pour lui procurer ſes regles, c'eſt-à-dire, pour lui empêcher de les avoir ſi-tôt, & bien; ſur-tout ſi on la ſaigne, comme on fait preſque toujours. Il vaudroit beau-

coup mieux parler moins de la nature, & l'écouter davantage.

Quand les regles ont une fois paru, elles doivent revenir périodiquement tous les vingt-huit jours. L'évacuation dure ordinairement trois jours, du moins chez le plus grand nombre des filles, & chez quelques-unes, quatre, cinq, six, sept, même huit jours, relativement à leur constitution plus ou moins foible.

La quantité de fluide qui s'évacue par les regles, n'est pas déterminée; cependant elle ne va guere au-dessus d'une livre, ni au-dessous de huit onces. Relativement à la force, à la foiblesse, & à la façon de vivre, on observe que les filles chargées de graisse perdent ordinairement très-peu.

En général les filles oiſives, qui nagent, comme je l'ai dit, dans une athmoſphere échauffante, perdent beaucoup plus que celles qui s'occupent & vivent moins incendiairement.

Les payſannes ſont celles qui perdent le moins ; il arrive même quelquefois qu'elles reſtent deux mois ſans perdre, & ſans en être incommodées : au lieu que les filles qui vivent dans la molleſſe & le braſier de la volupté, perdent ſouvent deux, même trois fois par mois ; ce qui les détruit entierement. Cela ſur-tout n'eſt pas rare à Paris, ainſi que dans toutes les Villes empoiſonnées par le luxe & la molleſſe.

L'évacuation des regles revient périodiquement juſqu'à quarante-

cinq ans, lorſqu'elle a commencé à quatorze ou à quinze : en général, plus elle commence tôt, plutôt elle ceſſe ; il en eſt de même lorſqu'elle eſt retardée.

Une fauſſe maniere d'enviſager les choſes, fait que des meres imprudentes ne préviennent pas leurs filles ſur l'approche ou l'apparition du flux menſtruel : il arrrive ; elles en ſont effrayées, il diſparoît ; & ce n'eſt jamais qu'avec la plus grande difficulté qu'on parvient à remettre la nature ſur la voie, parce qu'elle n'a pas contracté d'habitude (4).

(4) Une jeune dame de Soiſſons mariée à Paris, où j'ai eu l'honneur de la connoître, me rapportoit que ſes regles ne revinrent qu'un an après leur apparition, parce qu'elle eut lieu dans l'inſtant où elle ſe trouvoit aſſiſe ſur un banc dans un jardin, près d'une

Je vais indiquer le régime qui convient aux filles dans le prélude de l'apparition des regles. Il eſt très-eſſentiel qu'elles l'obſervent bien; car les regles ne ſont jamais plus funeſtement troublées que la premiere fois qu'elles paroiſſent, ou cherchent à paroître, puiſque cela influe le plus ſouvent ſur toute la vie.

Lorſque les ſymptomes avant-coureurs ſe ſont déclarés, c'eſt-à-dire, qu'il y a laſſitude, dégoût, envie de vomir, &c. il n'y a pas

---

haie ; & que s'étant apperçue ſaignante, elle crut s'être bleſſée, en s'aſſeyant ſur une pointe de clou, ou avoir été piquée d'un inſecte : ce qui lui cauſa une telle frayeur, qu'elle en eut une ſuppreſſion durant un an, pendant lequel elle ſouffrit tous les maux imaginables (ce ſont ſes termes) ; & que depuis elle n'avoit eu qu'une frêle ſanté, que le mariage avoit cependant rendu meilleure.

à balancer, il faut se mettre à la diete; ou si l'on ne peut absolument se passer de manger, on se contentera d'un léger potage, & pour boisson ordinaire, de l'eau pure. L'exercice & la gaieté sont ici d'un grand secours.

Quant aux filles qui ont le goût dépravé, on ne sauroit les suivre de trop près; car elles se sentent souvent portées à manger, & mangent en effet, du charbon, du sel, du poivre, du plâtre, des cendres, & autres choses qui leur sont ordinairement très-nuisibles. Je crois qu'il est inutile d'avertir qu'il faut qu'elles se retranchent de leurs occupations ordinaires, relativement au degré de force & de courage où elles sont. C'est ce que n'observent pas les payſans,

qui traitent quelquefois trop durement leurs enfants, & ſur-tout leurs filles dans l'état dont il s'agit. Ils les contraignent à travailler comme ſi elles étoient bien portantes ; ils ne font pas attention qu'elles ſont alors foibles, languiſſantes : & bien plus, s'ils s'apperçoivent qu'elles rempliſſent moins leurs journées, ils les chargent de reproches ; ce qui acheve de les précipiter dans des maux, dont leur bonne conſtitution & leur ſaine façon de vivre, malgré leurs travaux, auroient pu les garantir. Delà viennent en partie les pâles-couleurs qu'on voit dans les campagnes, où naturellement elles ne devroient jamais paroître.

Si ce n'étoit pas trop exiger de ces parents durs ou peu attentifs,

je les prierois d'avoir plus d'égard pour leurs filles : si c'est pendant le froid, de les habiller beaucoup plus qu'à l'ordinaire ; les jambes & les pieds sur-tout doivent être tenus très-chaudement : de leur donner quelques aliments moins grossiers que ceux dont elles usent; le laitage, le lard, les fruits cruds, qui sont la base ordinaire de leurs repas, leur sont sur-tout très-nuisibles.

Si les symptomes avant-coureurs des regles, que j'ai rapportés, reviennent à chaque nouveau retour périodique, il faudra suivre le régime prescrit.

Il est des filles d'une constitution seche, inflammatoire, qui éprouvent pour symptomes avant-coureurs, des douleurs très-

vives dans les reins, le bas-ventre, qui ne ſont ordinairement calmées que par l'apparition des regles, qu'on favoriſera en faiſant obſerver un parfait repos à la malade, en lui faiſant recevoir la vapeur de l'eau chaude, comme on reçoit la chaleur des chaufferettes. Cette pratique, renouvellée trois fois par jour, continuée chaque fois pendant une heure, ſoutenue par l'uſage abondant d'une décoction (5) de racine de nymphæa, & du repos, réuſſit ordinairement. S'il arrivoit ce-

(5) On prendra une demi-once de racine ſeche de nymphæa, qu'on fera bouillir un demi-quart d'heure dans une pinte d'eau; on paſſera la décoction, & comme elle eſt ordinairement très-fade, on y mêlera une cuillerée de ſuc de citron qui la rendra plus agréable & plus ſalutaire.

pendant qu'elle échouât, on auroit recours aux demi-bains tiedes, à la ſaignée du pied. Rarement ces ſecours ne ſont pas infaillibles.

Les filles qui ſont ſujettes à ces douleurs, feront très-bien de ne jamais boire que de l'eau, de peu ſaler leurs aliments, & de ne pas trop s'exercer (car c'eſt ſur-tout les payſannes qui y ſont très-ſujettes). Les bains tiedes leur feroient beaucoup de bien; ayant ſoin de les éloigner des temps critiques, comme je le dirai encore ci-après: l'on ne ſauroit aſſez le recommander.

Tels ſont à peu près les régimes généraux les plus convenables dans les différents préludes les plus ordinaires de l'apparition

des regles ; régimes qu'on obſervera à chaque retour périodique, quand les mêmes ſymptomes auront lieu.

Je paſſe à ce qui doit être obſervé dans le temps même que les regles paroiſſent ; c'eſt ce temps que l'on nomme avec beaucoup de raiſon, temps critique. J'indique d'abord ce qu'il faut éviter.

SECONDE PARTIE.

Cauſes qui peuvent déterminer l'altération ou la ſuppreſſion des Regles.

JE vais entrer dans un détail ſuccinct & eſſentiel de toutes les principales cauſes qui peuvent déterminer l'altération ou la ſuppreſſion des regles. Comme c'eſt de ces cauſes que naiſſent preſque tous les maux dont eſt inondé le beau ſexe, je ne ſaurois aſſez l'inviter à donner une attention particuliere à tout ce qui ſera dit. Il s'agit exactement de tout ce qu'il faut éviter aux approches du temps où les regles doivent fluer, & principalement dans le temps qu'elles

qu'elles fluent. Les filles donc qui ſeront actuellement dans leur temps critique, ou à deux jours près, auront le plus grand ſoin de ne ſe mouiller, ſoit avec de l'eau froide (6), ſoit avec de l'eau chaude, aucune partie du corps, & ſur-tout les extrêmités inférieures, c'eſt-à-dire, les cuiſſes, les jambes & les pieds.

(6) Les jeunes payſannes des environs de Grenoble, ſont preſque toutes malades des pâles-couleurs, pendant la récolte du chanvre; ce qui vient un peu de ſa mauvaiſe odeur, & beaucoup de ce qu'elles ſont obligées de ſe mouiller pour l'étendre, lorſqu'on le ſort du routoir. On devroit les ménager, & laiſſer ce travail à des femmes âgées, ou à des jeunes garçons qui s'en acquitteroient auſſi-bien qu'elles & ſans riſquer autant.

Le mois de janvier dernier, je ſoignai une fille âgée de vingt ans, qui, pour avoir lavé du linge dans le temps qu'elle avoit ſes regles, eut une ſuppreſſion; d'où réſulta à la partie moyenne de la cuiſſe gauche, un dépôt très-conſidérable qui ſuppura, & dont elle a long-temps & beaucoup ſouffert.

Il ne leur ſeroit pas moins nuiſible de marcher à pieds nuds ſur un plancher froid, ou de s'expoſer au froid, étant légérement habillées. Il eſt même certaines filles très-délicates, qui s'expoſeroient beaucoup en changeant de linge, ſi on n'avoit eu ſoin auparavant de le faire chauffer.

Toutes les affections vives & ſubites de l'ame, comme la joie, la colere, le déſeſpoir, la profonde & ſubite triſteſſe, l'impreſſion que cauſeroit une bonne ou mauvaiſe nouvelle à laquelle on ne s'attendroit pas, de même que la vue de quelqu'un qu'on deſire ou qu'on craint fortement; tout ce qui peut cauſer de l'effroi, comme l'aſpect d'un cadavre, d'un malade en convulſions, de même que la

terreur qu'excite le ſpectacle tragique, ne ſauroit être aſſez ſoigneuſement évité. Les Actrices feroient même très-bien de ne pas jouer la tragédie pendant leurs temps critiques. J'ai vu une des meilleures Actrices de Province, qui faillit périr d'une eſquinancie réſultante d'une ſuppreſſion cauſée par la paſſion violente & néceſſaire qu'elle avoit miſe à remplir le rôle de Médée.

Quand elles ſeront à la promenade, & qu'étant fatiguées elles chercheront à s'aſſeoir, elles ne choiſiront pas des bancs de pierre (7), qui, par le froid qu'ils

(7) Les bancs de pierre ſont non ſeulement nuiſibles aux femmes, mais encore à tout le monde. Comme ce n'eſt que dans l'été qu'on ſe promene, & que dans cette ſaiſon l'on tranſpire beaucoup ; s'il arrive

communiquent, pourroient donner lieu à une ſuppreſſion.

Il n'eſt pas moins dangereux de marcher ou de s'aſſeoir ſur l'herbe humide. Le Docteur *Cox* (8) rapporte entr'autres l'obſervation ſuivante. » Le 7 mai 1752, une » femme de chambre, âgée d'en- » viron vingt-cinq ans, d'un tem- » pérament pléthorique & fort, » ſe promenant ſur du gazon » humide pendant le temps de » ſes regles, fut ſubitement ſaiſie

---

qu'on aille s'aſſeoir ſur un de ces bancs, la tranſpiration eſt tout-à-coup ſupprimée, & cette ſuppreſſion donne lieu à des douleurs aux feſſes & aux cuiſſes; ce qui eſt fort déſagréable, & peut devenir très dangereux. Pourquoi met-on de ces bancs dans les promenades ? Eſt-ce par économie ? C'eſt la ſanté, c'eſt la vie des Citoyens qu'il faut économiſer !

(8) Voyez le Traité du Pouls inteſtinal, traduit de l'Anglois par feu M. *de Bordeu*.

» d'une colique ſi violente qu'elle
» fut obligée de s'aſſeoir pendant
» quelque temps ſur le même
» gazon, avant d'être en état de
» rentrer chez elle : dès-lors les
» regles ceſſerent. Je fus appellé
» le 20 mai. Je trouvai le pouls
» fort & fréquent, beaucoup de
» difficulté de reſpirer, de vives
» douleurs de ventre, ſur-tout
» dans la région hypogaſtrique,
» avec des mouvements de nerfs.
» Je fis faire une ſaignée de pied;
» je fis prendre des lavements
» laxatifs, & des calmants. Le 22
» la fievre étoit continue; la dou-
» leur de l'hypogaſtre étoit vive;
» il y avoit un engorgement que
» je ne trouvai qu'au tact, avec
» de la chaleur, un battement
» continuel, & des envies de

» vomir. Je fis encore tirer du » ſang ; j'ordonnai une teinture » de caſtor & d'eſprit de lavande ; » je fis appliquer ſur la partie en- » gorgée, une veſſie à moitié pleine » d'eau tiede. Les douleurs conti- » nuerent ; il s'y joignit des mou- » vements convulſifs.....« Enfin l'Auteur finit par dire que la partie engorgée contenoit un dépôt qui ſuppura, & mit la malade à toute extrêmité. Je me ſuis plû à rapporter cette obſervation avec ſes détails, parce qu'elle contient trois excellentes leçons. La premiere & la plus eſſentielle, c'eſt de montrer le danger auquel s'expoſent les femmes en ſe promenant, ou en s'aſſeyant ſur l'herbe humide pendant le temps de leurs regles : un banc, une chaiſe

humide, auroient le même inconvénient. Les deux autres leçons apprennent aux jeunes Médecins à ne pas obſerver, & ſur-tout à ne pas pratiquer en pareil cas comme ce Médecin Anglois. Revenons.

Les mauvaiſes odeurs, ou pour mieux dire, les odeurs qu'on ſupporte difficilement, doivent ſurtout être évitées. Il ſeroit dangereux de flairer un corps odorant pour la premiere fois, vu qu'on ne ſait pas ſi l'odorat s'en accommodera ou non. Je me ſuis apperçu que l'odeur des vers à ſoie étoit ſingulierement nuiſible à certaines filles.

Ce ſeroit beaucoup riſquer que de choiſir le temps critique pour commencer à prendre du tabac,

ſoit par fantaiſie ou autrement ; les éternuements fréquents qu'il cauſe ordinairement dans les premiers temps qu'on en uſe, nuiroient infailliblement (9).

Elles auront ſoin de n'être pas gênées dans leurs habillements, de peu ſerrer leurs jarretieres, de ne pas porter des ſouliers trop étroits, de n'avoir point de corps baleinés ni autres, & de ne pas

(9) Je n'ai jamais pu concevoir, diſoit le ſavant *Venel*, comment les femmes, avec leur deſir de plaire, avoient pu ſe mettre à prendre du tabac, cette poudre noire, fétide, qui noircit, élargit le nez, rend infect, détruit l'odorat, la mémoire, & de plus devient une ſervitude. Les filles nubiles feront donc très-bien de ne pas s'y accoutumer, non-ſeulement par les raiſons ci-deſſus, mais afin que ſi elles venoient à être affectées de quelques fluxions ſur les yeux, &c. elles puſſent trouver un puiſſant remede dans l'uſage modéré du tabac, qui leur ſeroit inutile ſi elles y étoient habituées.

renouveller leurs coëffures ; les tiraillements des cheveux excitant de la douleur, nuiroient ſur-tout à celles qui ſont très-ſenſibles.

La timide pudeur étant ordinairement le partage des filles mélancoliques, froides, elles auront ſoin de ne pas s'expoſer à ſe trouver à des compagnies ou dans des lieux où elles ſentent qu'elles ſeroient affligées que leurs temps critiques ſurvinſſent ; parce que, ſi en effet cela étoit, il ſeroit très-dangereux qu'ils ne fuſſent altérés par l'affection morale qu'elles en recevroient. Le bruit du canon, celui du tonnerre a ſouvent produit des ſuppreſſions chez ces filles qui ſont ordinairement très-peureuſes. J'ai connu une fille de ce caractere, qui étoit très-ſûre

de faire une maladie très-longue, toutes les fois que ses regles la surprenoient dans l'Eglise. Le bruit du tonnerre ne lui étoit pas moins funeste.

» La pudeur portée trop loin, dit M. *Zimmerman*, » peut avoir » des suites très-graves chez les » femmes. Je tiens de M. *de* » *Haller*, ajoute-t-il, qu'une » demoiselle sentant ses regles la » prendre dans une *Diligence*, » en fut si affectée devant les » étrangers avec qui elle étoit, » qu'elle en eut une forte fievre, » & en mourut (10)«.

Les filles d'une constitution vive, enflammée, éviteront tout

(10) Voyez le Traité de l'Expérience en Médecine, traduit de l'Allemand, par M. *Lefevre de V.* D. M., tom. 3, pag. 256.

ce qui pourroit les enflammer davantage. *Voyez* le régime.

Les filles & les femmes ſe ſervent preſque toutes, pendant les temps froids, de chaufferettes : mais elles les font ſi ardentes qu'il arrive ſouvent qu'elles ſe brûlent, & ſe criſpent tellement les extrêmités inférieures que j'en ai vu qui avoient de la peine à marcher : outre que cela les altere ſi fort qu'elles ne peuvent aſſouvir leur ſoif ; ce qui les deſſeche entierement, & peut ſupprimer ou augmenter extraordinairement l'évacuation du flux menſtruel, ſur-tout chez celles qui ſont d'une conſtitution ſanguine. Les filles nubiles feront donc très-bien de ne pas s'en ſervir, non ſeulement pendant les temps

critiques, mais encore dans tous les temps ; ou ſi, ainſi que preſque toutes les autres femmes, elles ne peuvent abſolument s'en paſſer, elles auront ſoin de les compoſer de façon à les tenir à peu près au dégré de la chaleur naturelle (11).

(11) J'ai toujours été ſurpris que les femmes qui ont le génie ſi inventif quand il s'agit de parure, n'euſſent pas cherché à perfectionner leur habillement, pour ſe garantir du froid & des maux qu'il leur procure preſque toujours. Quelques-unes, à la vérité, portent des caleçons ; mais ils ſont ſi étroits, qu'il eſt impoſſible qu'elles n'en ſoient pas gênées pendant leurs regles ; ce qui les oblige à les quitter : par-où elles ſont expoſées à plus de danger que ſi elles n'en avoient jamais fait uſage. Il me ſemble que des caleçons pliſſés, très-larges, pourroient être portés ſans ceſſe pendant les temps froids, & ſans inconvénients. Je ſuis perſuadé que les femmes en retireroient les plus grands avantages. Il eſt même pluſieurs d'entre elles pour qui l'uſage de ces caleçons ſeroit indiſpenſable ; celles ſur-tout qui ſont d'une conſtitution froide, humide, relâchée, chez

Je crois qu'il eſt inutile de leur recommander d'être ſobres, & de ne pas uſer d'un aliment, tant ſolide que fluide, dont elles n'auroient jamais goûté, crainte que l'eſtomac n'en fût fatigué ; ce qui troubleroit néceſſairement toutes les fonctions, & ſur-tout dans un temps où elles ſe dérangent ſi facilement.

Il ne leur ſeroit pas moins déſavantageux de boire à la glace lorſqu'elles ſeront en ſueur, ainſi

---

qui toutes les fonctions languiſſent, qui digerent mal, qui ſont généralement mal réglées, & preſque toujours ſujettes aux pertes blanches : ces femmes, dis-je, où tout eſt dans l'inertie par diſette de feu, ſe trouveroient très-bien de ſe tenir chaudement ; & le moyen que je propoſe eſt un des meilleurs : je le répete, il leur eſt indiſpenſable. Il faut auſſi qu'elles n'oublient pas que la chaleur naît du mouvement, & qu'en conſéquence l'exercice leur eſt auſſi eſſentiellement utile, que la pareſſe ſûrement pernicieuſe.

que de passer subitement d'un lieu froid dans un lieu chaud, d'un sec dans un humide, *& vice versâ.*

Rien ne leur seroit plus funeste que de se faire saigner, sur-tout du bras ; de prendre médecine, l'émétique, ainsi que des lavements purgatifs & autres remedes qui sont toujours meurtriers dans les temps critiques.

Il seroit dangereux de choisir le temps critique pour se faire couper les cheveux, des cors aux pieds, arracher des dents, ou percer les oreilles.

Plusieurs femmes se sont très-mal trouvées d'être allé à cheval pendant le temps de leurs regles.

Les filles & les femmes qui perdent beaucoup, feront très-bien de ne changer ni de che-

miſe, ni de draps, juſqu'à ce que leurs regles ſoient paſſées. Il ſeroit même très-prudent d'attendre au moins deux jours; parce qu'on a obſervé que le linge blanc, appliqué immédiatement à la ſurface du corps, augmentoit le flux menſtruel, & le rappelloit lorſqu'il étoit récemment ceſſé. Le Docteur *Freind* a très-bien expliqué le méchaniſme de cette augmentation. Ce n'eſt point ici le lieu de rapporter ſes raiſons. Au reſte, ſi on étoit abſolument obligé de changer de linge, il faudroit, avant de s'en ſervir, le faire ſécher de nouveau autant qu'il ſeroit poſſible.

Je paſſe à l'expoſé général de la maladie ſi commune chez les nubiles, connue ſous le nom de

pâles-couleurs. J'en donnerai le traitement le plus ſimple, & par conſéquent le plus naturel, auquel elle réſiſtera rarement, ſurtout ſi elle eſt récente, ſans cauſe morale, & chez les filles de bonne conſtitution : car ſi elle étoit compliquée, elles ne ſeroient plus en état de ſe traiter elles-mêmes ; ou, ſi elles le faiſoient, elles le feroient mal. Il ſeroit donc inutile, & même nuiſible, de leur enſeigner ce qu'il ſeroit impoſſible qu'elles appriſſent, & ce qu'elles croiroient pourtant ſavoir. C'eſt à quoi n'ont pas aſſez fait attention les Médecins qui ont écrit pour le peuple : car, quand ils l'ont chargé de l'examen des ſymptomes des différentes maladies qui l'affectent, pour

pour qu'enſuite il pût y appliquer les remedes convenables ; il falloit néceſſairement qu'ils lui ſuppoſaſſent des connoiſſances en Médecine qu'il ne peut pas avoir.

TRAITEMENT des pâles-couleurs.

LORSQUE les regles ſont ſupprimées par quelques-unes des cauſes dont il a été fait mention ci-deſſus, rien n'eſt plus ſalutaire que la ſaignée de pied faite ſur le champ, ou quatre ſang-ſues appliquées aux parties naturelles. C'eſt le meilleur remede, mais qu'il ne faut pas renvoyer : & ſi après une ſaignée, le mal de tête, les chaleurs & les battements douloureux qui ſe font ſentir dans la région de l'eſtomac, ne

diminuent pas, on en fait une seconde, six heures après. Pour peu qu'à cette seconde saignée les douleurs diminuent, on ne saignera plus ; parce qu'elles se dissipent peu-à-peu & d'elles-mêmes. Si la malade est constipée, ce qui rarement n'est pas, on lui fera prendre quelques lavements d'eau de casse, qui, en relâchant le bas-ventre, détruiront les envies de vomir qui existent ordinairement, & qu'il feroit infiniment dangereux de favoriser, sur-tout dans les premiers temps. On fera très-bien au contraire de tâcher de les calmer, en faisant prendre à la malade, de temps en temps, une demi-cuillerée à café de suc de citron. Quelques bains de pieds dans l'eau tiede,

ne ſeront pas inutiles pour calmer les maux de tête, qui ne ſont pas ſi violents, mais qui exiſtent toujours, ſur-tout pendant les premiers jours de la maladie. La boiſſon ordinaire ſera l'eau pannée, ou le petit-lait bien clarifié; & toutes les trois heures, une verrée de bouillon bien dégraiſſé, peu ſalé, fait avec le bœuf & le veau, édulcoré avec quelques feuilles de laitue, de chicorée blanche. On aura ſoin de peu faire parler les malades, & de mettre auprès d'elles des perſonnes dont on ſait que la compagnie leur eſt agréable.

Lorſque le mal réſiſte à ce traitement, ſoit qu'on l'ait négligé, ou qu'on l'ait employé trop tard, les malades tombent dans les

pâles couleurs; ce qui est annoncé par la persistance des symptomes, qui sont cependant moins violents. La bouche devient plus mauvaise qu'elle n'étoit auparavant; ce qui entraîne souvent la dépravation du goût & les envies de vomir: les yeux sont abattus; le visage devient pâle & livide: enfin les malades tombent dans une foiblesse & une mélancolie des plus fatigantes. Alors que faut-il faire? Ne pas saigner, comme on fait ordinairement. Cette méthode si commune & si funeste, doit être rejetée (12).

(12) Ces saigneurs impitoyables, ces prodigues du sang humain, devroient retenir une fois pour toutes, qu'ils ne doivent pas saigner les filles qui sont dans les pâles-couleurs. Elles sont ordinairement pâles, foibles, languissantes; ont la bouche mau-

Quant au régime, elles s'abſtiendront abſolument de toute eſpece de viande, de laitage, & de fruits mal mûrs.

Comme dans cette maladie les filles ſont pour l'ordinaire fort triſtes, on cherchera, autant qu'il ſera poſſible, à les égayer, à les faire exercer; les parents ſur-tout ne les chagrineront pas.

Elles uſeront pour boiſſon ordinaire, d'un bon vin blanc, mêlé avec deux tiers d'eau, & mangeront trois fois par jour d'un léger potage, fait avec le

---

vaiſe, ſouvent même des principes d'obſtructions. Je ne ſais pas où l'on y trouve des ſignes de pléthore; ce n'eſt pourtant que dans ce cas que la ſaignée eſt indiquée. Je voudrois bien ſavoir ce que ces Phlébotomiſtes penſeroient d'un Jardinier, qui pour faire fleurir ſon jardin deſſéché, ſupprimeroit une partie du peu d'eau qui lui reſteroit pour l'arroſage?

ris, l'orge ou l'avoine gruée. Quelques poires cuites, confitures de groſeilles, ou autres, mais en petite quantité, ne leur ſeront pas inutiles : elles pourront auſſi uſer modérément des fruits de la ſaiſon; ayant ſoin de les choiſir bien mûrs. Les ſucreries, dans ce cas ſur-tout, ſeroient très-nuiſibles, en ce qu'elles énerveroient entiérement l'eſtomac, qui dans cette maladie eſt déjà ſi délabré.

On les purgera tous les ſix jours (13), pendant les premiers

(13) Cette médecine ſera compoſée de deux gros de follicules de ſéné qu'on fera infuſer pendant douze heures dans huit onces d'eau; & après avoir coulé l'infuſion, on y fera fondre deux onces de manne & deux gros de ſel de Glauber : on la coulera de nouveau pour la donner à la malade. Si l'on étoit dans l'hiver, on n'emploieroit qu'un

temps de la maladie; avec la précaution essentielle de ne pas placer la médecine à l'époque où les regles ont coutume de paroître, dont on aura soin de s'informer, & ce dont toutes les filles & femmes devroient faire une étude particuliere, pour qu'on sût à quoi s'en tenir quand on les traite. Si après vingt jours de ce traitement la maladie ne cede

---

gros de follicules, au lieu de deux; parce qu'on observe que pendant les temps froids les purgatifs doux operent très-bien, tandis que ceux qui ne sont même que légérement actifs, produisent des coliques violentes, & souvent des superpurgations. Cela vient, je pense, de la plus grande sensibilité des organes internes en général, & des intestins en particulier. Cette augmentation de sensibilité tient à la plus grande vitalité de ces organes, déterminée par le froid agissant sur les parties extérieures; & peut-être aussi par la respiration qu'accelere l'air, que le froid rend plus dense.

pas, on fera boire à la malade deux fois par jour, à ſix heures de diſtance, d'un vin rouillé (14); il faut, quand elle le prendra, qu'elle n'ait rien pris depuis deux heures, & qu'elle ne prenne rien que deux heures après; & pour le reſte de ſa boiſſon ordinaire, elle uſera de vin blanc mêlé avec de l'eau, comme ci-deſſus.

Quand elle aura uſé pendant trois jours de ce remede, elle le ceſſera pendant deux jours, pour

(14) Ce vin rouillé ſe compoſe ainſi : On fait infuſer pendant quarante-huit heures deux onces de clous légérement rouillés, dans chaque pinte de vin blanc; & on le donne à la malade, à la doſe de huit onces ou d'une verrée ordinaire.

N. B. Si la malade était très-maigre, avoit la poitrine foible, étoit ſujette à s'enrhumer facilement; au lieu de faire infuſer les clous dans du vin, on les mettroit dans une égale quantité d'eau.

le reprendre de nouveau, & continuer ainſi juſqu'à ce qu'elle ſe trouve mieux : elle continuera de ſe purger, mais ſeulement tous les huit jours. Il eſt rare que ce traitement, ſoutenu par l'exercice & l'abſence du chagrin, ne réuſſiſſe pas.

Qu'on ne ſoit pas étonné de ce que je ne preſcris point tous ces différents opiats qu'on a coutume d'ordonner ; & qu'on ſe reſſouvienne bien que le plus court & le plus sûr chemin de la ſanté, eſt toujours celui où l'on emploie le moins de drogues. D'après cette vérité que nous a tranſmis le Pere de la Médecine, le divin *Hippocrate*, les filles malades, & tous les malades en général, ne ſauroient trop ſe

méfier, comme le dit un prudent Médecin, de tous ces Médicaſtres qui ne les approchent jamais qu'hériſſés de formules, dont ils exigent l'exécution. Les vrais Médecins ſont plus circonſpects : ils écoutent la nature ; ils en ſuivent, & ils en imitent les opérations, qui ſont toujours lentes & ſages : & par cette conduite, ils ſont dignes d'en être nommés les Miniſtres.

TROISIEME PARTIE.

Du régime le plus convenable aux Filles nubiles.

LE plus grand nombre des femmes qui habitent les Villes, s'exercent trop peu. On a beau les avertir (15) que rien ne les détruit plus que la molleſſe & l'oiſiveté où elles vivent, elles vont toujours leur train : des hommes les ſuivent ; & pour peu que cela continue, les uns & les autres ſeront bientôt tellement exténués, qu'étant parfaitement inhabiles à la propagation de

(15) Voyez le Traité des Maladies vaporeuſes du ſexe, par M. *Rollin* ; & l'Eſſai ſur la Santé des gens du monde, par M. *Tiſſot*.

l'eſpece, elle ſe détériorera. Faſſe le ciel que cela ceſſe d'arriver !

Quant aux filles nubiles, je leur conſeille de s'exercer ſoit à la danſe, ſoit à la promenade, ou autres occupations convenables ; de reſter peu au lit ; de manger peu de viande, point de ſucreries qu'elles aiment ordinairement trop ; d'éviter, autant qu'il ſera poſſible, toute ſorte d'aſſaiſonnement ; de boire rarement le vin pur, jamais des liqueurs ſpiritueuſes, & ſur-tout point de café.

Pluſieurs filles portent encore des corps baleinés : elles croient être plus agréables lorſqu'elles ont la taille bien rétrecie par le bas ; ce qui les gêne ſi fort qu'elles ne peuvent rien prendre par terre, ſans commencer d'abord par s'y

asseoir ; d'ailleurs elles en ont les bras tellement portés en arriere, que, joint à leurs hauts talons, si elles veulent marcher un peu plus vîte qu'à l'ordinaire, elles ressemblent, comme a dit *J. J. Rousseau*, à des sauterelles qui voudroient courir sans sauter. Leur santé en est aussi très-altérée ; les viscères du bas-ventre en sont comprimés ; les vaisseaux étranglés donnent lieu à des obstructions, à des suppressions, & enfin au dérangement général de toutes leurs fonctions ; & c'est en partie de ce volcan morbifique que s'élevent les vapeurs qui maltraitent si cruellement le beau sexe.

D'après ce tableau véridique de la nuisibilité des corps balei-

nés, les filles ne ſauroient donc les éviter avec trop de ſoin. Elles feroient encore très-bien, ainſi que toutes les femmes, de moins ſe découvrir la gorge, ou plutôt de la couvrir tout-à-fait : outre qu'elle en ſeroit plus blanche & moins flaccide, elles ne ſeroient pas ſi expoſées à s'enrhumer, à mal digérer, & ſouvent à donner lieu au cancer. D'ailleurs la coquetterie n'y perdroit rien ; car il ſuffit qu'on montre une choſe, pour qu'on ne veuille plus la voir (16).

(16) M. *de Saint-Foix* rapporte, que chez pluſieurs Peuples Indiens, toutes les filles & les femmes vont nues, excepté les courtiſannes, dont l'état, diſent ces Peuples, eſt de chercher à irriter les deſirs. *Eſſais hiſtoriques ſur Paris, tom. V, pag. 71 de la quatrième édition.*

Il n'eſt preſque aucun rhume, ſur-tout de poitrine, qui n'ait pour cauſe le froid & l'humidité des pieds. De bons gros bas & des ſouliers bien épais, ſont donc les meilleurs & les plus ſûrs préſervatifs. Mais l'on veut avoir la jambe fine, le pied petit; & l'on s'enrhume. J'ai même vu des demoiſelles qui, bien loin d'en être attriſtées, s'étudioient à touſſer avec grace. Il faut avouer que c'eſt faire croire qu'on a bien peu de mérite, quand on s'en fait un d'être enrhumé. Cependant le rhume de poitrine chez les filles nubiles, peut avoir les plus funeſtes ſuites; parce que la poitrine déjà affoiblie par leur habillement, l'eſt encore davantage par la toux. Qu'on

ajoute à cela le trouble des premieres voies, cauſé par les fréquentes ſecouſſes de l'eſtomac & des inteſtins; & l'on aura le dérangement des deux plus importantes fonctions, la digeſtion & la ſanguification. Après un tel déſordre, ſera-t-on ſurpris de voir l'appétit ſe perdre, les regles ſe ſupprimer, ou cauſer le crachement de ſang, en ſe portant ſur le poumon, comme la partie la plus foible ? Cet accident, on le ſait, entraîne preſque toujours la phthiſie, qui rarement n'eſt pas mortelle.

La plupart des filles & des femmes prennent les bains par mode, par compagnie, pour varier leur ennui. Elles ne font pas attention que ſi les bains, bien

bien indiqués, ſont un puiſſant moyen de guériſon ; rarement ſont-ils ſans danger, n'étant pas néceſſaires. Je voudrois que les jeunes perſonnes d'une conſtitution foible & froide, dont le teint blême, la peau flaſque, les yeux éteints, le nez, les mains & les pieds ſujets aux engelures, annoncent une circulation lente & difficile : je voudrois, dis-je, qu'elles ne ſe baignaſſent jamais, à moins que ce ne fût dans l'eau froide, qui les fortifieroit en raffermiſſant leurs fibres relâchées, que l'eau chaude ou tiede ne fait que relâcher davantage (17).

(17) Pluſieurs femmes prennent pour ſe rafraîchir, des bains chauds qu'elles nomment tiedes. Il ſemble qu'elles ignorent que des fleurs qu'on feroit tremper dans l'eau chaude, ſe faneroient davantage.

Mais autant vaudroit leur parler de la choſe la plus impoſſible à ſupporter, que de leur parler de bains froids ; elles aimeroient mieux mourir, diſent-elles, que de ſe ſoumettre à un régime ſi dur. Il eſt aiſé de voir que celles qui tiennent ce langage, n'ont jamais connu le prix infini de la ſanté. Si les bains tiedes ſont nuiſibles aux tempéraments froids, humides, relâchés, ils ſont très-ſalutaires à ceux qui ſont chauds, ſecs, irritables. Les filles qui ont la peau brune, ſeche, brûlante, le teint vivement coloré, les yeux ſcintillants, la démarche vive, beaucoup d'altération, &c., ſe trouvent très-bien d'en prendre quelques-uns au commencement & à la fin de l'Eté, & de s'abſtenir

des échauffants. Les bains tiedes, par le relâchement qu'ils procurent, favoriſent, & même déterminent quelquefois l'embonpoint : Il n'eſt pas rare de voir des jeunes filles très-bien faites, & très-agiles, devenir, par leur uſage, graſſes & peſantes. Cela ne doit pas les inquiéter : le remede eſt très-ſimple ; elles n'ont qu'à beaucoup agir, peu reſter au lit, & devenir plus ſobres.

Rien ne fatigue plus que de parler, rire ou chanter dans le bain ; rien auſſi de plus ordinaire que de voir des femmes, même à poumon délicat, ſe livrer imprudemment à tous ces exercices. Auſſi ſortent-elles du bain oppreſſées, la tête lourde, & ſouvent douloureuſe ; & quoique

dans le moment elles ſe ſentent, par la fraîcheur, beaucoup de diſpoſition à marcher; ce n'eſt abſolument qu'une velléité, qu'elles ne ſatisfont pas ſans être bientôt laſſes. Et voilà comme les remedes les plus ſalutaires deviennent nuiſibles par l'abus qu'on en fait.

Il réſulte de ce que je viens de dire, que pour retirer des bains tout l'avantage poſſible, il faut abſolument, en les prenant, obſerver un parfait repos. La lecture qu'on ſe fait ſoi-même, ou qu'on écoute, n'eſt pas ſans inconvénients : l'attention qu'on y prête, tend les fibres du cerveau, y détermine le ſang & les eſprits animaux ; d'ou réſulte le mal de tête, la rougeur extraordinaire de la face, la chaleur & la séche-

reſſe du globe de l'œil, ſur-tout quand on lit ſoi-même : ce qui arrive d'autant plus facilement, que la preſſion de l'eau ſur toutes les parties du corps, favoriſe déjà la congeſtion des humeurs à la tête. C'eſt cette preſſion ſur les côtes en particulier, qui, gênant leur élévation, accélere la reſpiration, & rend par-là toutes les fonctions de la voix ſi fatigantes & ſi nuiſibles. C'eſt encore pour cette raiſon que l'uſage des bains doit être ſi rigoureuſement interdit aux perſonnes qui ont la moindre diſpoſition aux maladies de poitrine.

Les filles qui ont le genre nerveux très-ſenſible, ſont plus expoſées que les autres au dérangement du flux menſtruel ; ce qui

leur produit preſque toujours des accès de convulſions, ordinairement très-rébelles, & qui, quoiqu'effrayants, n'ont rien de dangereux.

Les différentes eaux ſpiritueuſes, ou elixirs qu'on emploie ordinairement, ne peuvent faire que beaucoup de mal, parce qu'ils ſont très-échauffants. C'eſt par la même raiſon que les narcotiques, ou les remedes qui provoquent le ſommeil, ne doivent être donnés qu'avec la plus grande circonſpection. Ils augmentent le mal de tête, & ſur-tout la conſtipation, que l'on pourroit, je penſe, regarder comme la cauſe déterminante des convulſions; parce qu'on obſerve aſſez généralement qu'elle les précede, & qu'elles

n'ont pas lieu tant que le ventre eſt libre.

Pendant l'accès, tous les ſoins conſiſtent à bien aérer l'appartement où eſt la malade ; à ne lui rien laiſſer autour du cou ; à deſſerrer tous ſes liens ; à la contenir pour l'empêcher de ſe heurter ou de ſe précipiter du lit ; à lui mettre entre les dents un bourlet de linge, qu'on n'abandonnera pas, tant pour faciliter la reſpiration, que pour empêcher qu'elle ſe coupe la langue ou ſe briſe les dents, comme j'ai eu occaſion de l'obſerver deux fois (18).

(18) C'étoient deux filles, l'une âgée de vingt-deux ans, & l'autre de vingt-ſept ; celle-ci ſur-tout n'avoit plus que la moitié de ſes dents, & quelques portions des autres, qui la tourmentoient au point qu'elle étoit déterminée à ſe les faire toutes arracher. Le Chirurgien-Major du dernier Régiment

Le bain froid, l'eau à la glace pour boiſſon ordinaire, les lavements d'eau ſimple ou de petit-lait ſouvent réitérés, ſont les remedes qu'on emploie pour l'ordinaire avec ſuccès, ſur-tout lorſqu'on y joint l'exercice en plein air; plus il eſt froid, plus il eſt ſalutaire.

La plupart des malades éprou-

---

d'Artillerie que nous avons eu à Grenoble, étoit prêt à faire l'opération, quand les parents, qui y avoient d'abord conſenti, s'y oppoſerent fortement. Je fus appellé long-temps après; le mal n'avoit pas cédé aux remedes ordinaires. J'avois vu réuſſir à Paris, en pareil cas, les véſicatoires appliqués à la nuque; la plus ſaine théorie médicinale d'ailleurs les indiquoit. J'y préparai la malade pendant trois jours, par l'uſage abondant d'une légere infuſion de ſemences de lin: Je les ordonnai; ils mordirent bien, & la malade fut ſoulagée ſur le champ: les accès n'ont pas reparu. Après l'accès la plupart des malades ſe ſentent beaucoup d'appétit, qu'il ne faut pas ſatisfaire, parce que les organes affoiblis par l'exceſſive dépenſe de forces où les a néceſſité l'affection

vent un ſerrement très-douloureux dans la région de l'eſtomac, accompagné le plus ſouvent de beaucoup de chaleur. Dans ce cas, j'ai employé avec ſuccès une veſſie à moitié remplie d'eau très-froide, appliquée ſur la partie ſouffrante : on a ſoin de renouveller l'eau à meſure qu'elle s'échauffe.

---

convulſive, ne peuvent faire que très-imparfaitement leurs fonctions ; l'eſtomac ſurtout, par ſon extrême ſenſibilité, eſt ordinairement le viſcere le plus fatigué : la ſobriété eſt donc dans ce cas abſolument indiſpenſable. Je ſupplie les malades de ne pas négliger ce précepte eſſentiel ; & au lieu de prendre indifféremment, & ſans modération, des aliments de toute eſpece, de s'en tenir à l'uſage très-modéré du rôti, des végétaux cuits, & des fruits bien mûrs ; de boire beaucoup d'eau, peu ou point de vin ; de ſe paſſer de ſel, s'il eſt poſſible ; & en général, des aliments de difficile digeſtion, qui échauffent, qui irritent & éterniſent les convulſions, que la tempérance détruit preſque toujours.

On fait auſſi prendre en même temps le bain de pieds, compoſé d'eau ſeulement dégourdie. La malade y reſte deux ou trois heures de ſuite, deux fois par jour ; & pour qu'elle le ſupporte ſans ſe trouver mal, on a ſoin de l'arranger de façon qu'elle le prenne étant couchée. La malade doit obſerver la diete la plus ſévere ; boire le plus qu'il eſt poſſible d'eau à la glace, ou de petit-lait, ſans aucun mêlange de ſirop ſi cela ſe peut ; l'abſence de la ſoif, qui eſt aſſez ordinaire, ne doit pas l'en empêcher.

Il eſt de la derniere importance de ne pas donner à boire aux malades dans des gobelets de verre : elles pourroient dans un mouvement convulſif des ma-

choires, ſe les briſer entre les dents, & en avaler quelques portions ; ce qui ſeroit infiniment dangereux.

Tous ces moyens, qui ſont efficaces lorſque le mal eſt purement phyſique, ce qui eſt rare, ne procurent qu'un ſoulagement paſſager lorſqu'il eſt nourri par quelque paſſion.

C'eſt avec raiſon qu'on a ſouvent accuſé l'amour. Mais s'enſuit-il que ce ſoit toujours lui ? Ne voit-on pas tous les jours des jeunes filles auſſi profondément affectées de n'avoir pas la liberté de parler, de ſe promener, de ſe coëffer, de s'habiller comme elles voudroient, que d'autres le ſeroient de l'amour le mieux ſenti, & le plus mal ſatisfait. Je n'obſerve

ceci que pour montrer que le mariage n'est pas toujours, comme on l'a prétendu, le remede par excellence, de ces sortes de maux: je suis très-persuadé au contraire que dans certains cas ce moyen seroit souvent désavantageux, & quelquefois funeste. Qu'il me soit permis d'ajouter ici une réflexion. C'est que notre ignorance sur les causes est si grande, & leur recherche exige tant de soins, que quand nous en avons trouvé quelqu'une, nous n'hésitons pas à lui attribuer tous les effets qui peuvent y avoir quelques rapports, sans examiner si ces rapports sont bien fondés; & cela parce que nous sommes à peu près tous paresseux & vains.

Les filles pour l'ordinaire n'em-

ploient ni le blanc ni le rouge : elles feront très-bien de ne jamais les employer ; leur teint en conſervera plus long-temps ſa fraîcheur. Il faudroit auſſi qu'elles ſe fiſſent décraſſer plus ſouvent la tête qu'elles ne le font ordinairement ; peu de poudre & point de pommade rendroient leur coëffure moins nuiſible : & comme la meilleure odeur eſt de n'en point avoir, elles n'uſeront d'aucuns aromates que quand elles tomberont en ſyncope, en défaillance ; pour lors l'eau de la Reine d'Hongrie, celle des Carmes, & ſur-tout le bon vinaigre, doivent être préférés.

Les filles d'une conſtitution ardente, éviteront avec ſoin tout ce qui pourroit les enflammer

davantage, & ſur-tout le régime incendiaire, dont il a été fait mention ci-deſſus; car il arrive ordinairement qu'elles perdent beaucoup, réparent peu, & languiſſent pour périr à la fleur de leur âge.

Il eſt des filles de cette conſtitution, qui, par une certaine pratique voluptueuſement meurtriere, ſe précipitent elles-mêmes bientôt dans le tombeau. Elles ne devroient pas avoir beſoin d'être prévenues; la langueur, la foibleſſe, la perte d'appétit, l'abſence du ſommeil paiſible, la maigreur extrême qu'elles éprouvent, les avertiſſent, ce me ſemble, aſſez clairement de l'extrême danger qu'elles courent.

La ſaignée, les bains, les émul-

ſions, les verrous (19), ſont les moyens qu'on emploie pour guérir ces malades. Je ne chercherois pas à réfuter une méthode auſſi abſurde, ſi elle n'étoit pas en même temps plus meurtriere que le mal qu'elle prétend détruire. Les remedes moraux ſont les ſeuls qu'on néglige; on fait plus,

(19) La contrainte où l'on force de vivre les jeunes filles, eſt le plus ſouvent la cauſe de leurs maux. Il ſemble qu'on ſe ſoucie fort peu qu'elles ſoient ſaines & vertueuſes étant mariées, pourvu qu'elles ſoient filles quand on les marie. » Il faut laiſſer aux » filles, dit le ſage *Montaigne*, une bonne » partie de leur conduite à leur propre » diſcrétion ; car ainſi comme ainſi n'y » a-t-il diſcipline qui les ſçeuſt brider de » toutes parts. Mais il eſt bien vrai que » celle qui eſt échappée bagues ſauves d'un » eſcolage libre, apporte plus de fiance de » ſoi, que celle qui ſort ſaine d'une eſcole » ſévere & priſonniere. Nos peres dreſſoient » la contenance de leurs filles à la honte & » à la crainte (les courages & les deſirs » toujours pareils) ; nous à l'aſſeurance. » Nous n'y entendons rien «.

on les offre d'une maniere ordinairement si mal-adroite & si rebutante, qu'ils deviennent souvent à jamais inutiles. Cela cependant n'empêche pas qu'après quelque temps d'un tel régime, on ne croie les malades devenues sages; tandis que dans le fait elles ne paroissent telles que parce qu'elles ont achevé de perdre le peu de santé qui leur laissoit encore le courage d'être vicieuses. Quel seroit donc le moyen efficace en pareil cas ? Le voici. L'exercice; le régime tempérant, prudemment administré; la conversation avec des personnes de leur sexe, autant qu'il se pourroit, de leur âge, d'un caractere doux, affable, communicatif, compatissant, qui auroient assez d'intelligence pour

savoir

ſavoir à propos placer de bons avis, & qui ſeroient ſur-tout d'une vertu bien reconnue. Si après avoir long-temps & habilement employé les moyens que je propoſe, les malades continuoient d'être mal-ſaines & corrompues, il y auroit néceſſairement lieu de croire qu'elles ſeroient tombées dans la démence; car il faudroit en effet qu'elles fuſſent privées de jugement, pour ne pas céder aux invitations qu'on leur feroit de ſe corriger d'un vice infame & meurtrier, beaucoup plus commun qu'on ne penſe, même chez des filles de l'âge le plus tendre, qui finiſſent preſque toutes par périr de conſomption; & cela le plus ſouvent ſans qu'on ſe ſoit douté de la *cauſe*.

Les filles d'une conſtitution foible, froide, mélancolique, uſeront, mais modérément, d'un peu de bon vin, & de quelques mets appétiſſants : elles feront beaucoup d'exercice, chercheront à ſe récréer. La muſique, la danſe, ſont les meilleurs moyens.

M. *Tiſſot* leur conſeille l'équitation. C'eſt très-bien conſeiller. Mais je ne voudrois pas qu'elles ſe tinſſent à cheval comme les hommes ; cela ſeroit trop froiſſant. Il vaudroit beaucoup mieux qu'elles y fuſſent aſſiſes les deux jambes d'un même côté, & les pieds appuyés ſur un large étrier. C'eſt ainſi que les dames de la Cour ſe tiennent à cheval. Les filles & les femmes exténuées, comme dit le ſavant Medecin

ci-deſſus, ſe trouveroient très-bien de cet exercice ; ſi toutefois elles n'avoient pas des pertes blanches, ce qui eſt aſſez ordinaire aux filles & aux femmes de cette conſtitution ; parce que l'exercice du cheval les augmente, & les détermine même chez la plupart des femmes qui y ſont déjà diſpoſées (20).

(20) Pluſieurs filles & femmes qui ont des pertes blanches, n'y font pour ainſi dire aucune attention, parce qu'elles ne leur cauſent que peu de douleur ; à moins qu'elles ne ſoient anciennes. Il me ſemble cependant qu'elles devroient compter pour quelque choſe la mal-propreté, le dégoût, les peſanteurs, les foibleſſes d'eſtomac, & les laſſitudes continuelles qu'elles entraînent néceſſairement. Ce ſeroit même ſe faire illuſion que de penſer que le terme de la vie n'en eſt pas rapproché ; & l'on peut dire que ces pauvres malheureuſes meurent ſans avoir connu tout le prix de l'exiſtence : car les organes de la génération, ſans ceſſe macérés par le fluide qui les inonde, perdent entiérement leur

Quoi qu'en diſe la ſatyre, je ſais qu'il exiſte quelques jeunes veuves, qui ſont très-ſincérement affligées de l'être, & qui le plus ſouvent portent ſi loin l'affliction, qu'elles tombent bientôt dans des maladies funeſtes, & d'autant plus incurables qu'elles ont pour principe le chagrin, c'eſt-à-dire, le plus puiſſant ennemi de la ſanté.

Rien donc de plus avantageux pour ces nouvelles Artemiſes, que de chercher à diſſiper leurs ennuis, & d'avoir ſoin, juſqu'à

ſenſibilité ; ce qui fait que la plupart, & preſque toutes les femmes qui y ſont ſujettes, ſont abſolument inſenſibles au plaiſir de l'amour, & conſéquemment ſtériles. Je n'ignore pas que quelques femmes conçoivent quoiqu'elles aient des pertes blanches ; mais, ou elles ſont récentes, ou ce n'en ſont pas.

ce qu'ils ſoient diſſipés, de peu manger, & d'uſer d'aliments légers ; car lorſque l'eſprit eſt affecté, le corps languit, les digeſtions ſe font mal ; & quand elles ſe feroient aſſez bien, plus on nourrit un corps languiſſant, plus on lui nuit, du moins tant que la cauſe n'a pas diſparu (21) ; & ſur-tout point de drogues, point de remedes de femme. Et à cette occaſion j'obſerverai qu'il

(21) *Galien* parle d'un homme qui fut ſi vivement affecté de la mort de ſa femme, qu'il ne ceſſoit de la pleurer. La perte d'appétit, le maraſme, ſuites ordinaires du chagrin profond, l'avoient réduit à l'état le plus pitoyable : il ne lui manquoit pour comble de maux que d'être fou ; & l'on commençoit à s'appercevoir qu'il ne tarderoit pas à le devenir. On le maria, il fut guéri. Je crois que le même remede ne ſeroit pas inutile aux jeunes veuves affligées ; car elles ont beau ſe faire illuſion de leur mari, c'eſt toujours l'homme qu'elles regrettent le plus.

court dans le public un remede connu ſous le nom de café d'orge. On le prend mêlé avec le lait; les femmes ſur-tout en font un grand uſage. Si quelque choſe pouvoit être étonnant, ce ſeroit de voir que ce prétendu remede qui nuit preſque toujours, & ne peut jamais être utile, ne ſoit pas décrédité. Le Printemps dernier j'eus occaſion de traiter une femme âgée de quarante ans, qui, pour en avoir pris pendant trois ſemaines une verrée tous les matins, étoit devenue dyſſentérique : une de ſes amies le lui avoit conſeillé pour guérir d'un rhume que la dyſſenterie pouvoit rendre mortel.

Le même remede me procura le mois d'août dernier, la con-

ſulte d'une jeune femme. Elle le prenoit depuis un mois tous les matins, à la doſe d'une verrée (c'eſt la méthode ordinaire). Elle ſe ſentit d'abord la bouche très-mauvaiſe; la langue ſe chargea d'une mucus jaunâtre; les envies de vomir ſurvinrent, accompagnées de teneſme & de coliques ſourdes. Une perte blanche pour laquelle on lui avoit conſeillé le remede, étoit devenue plus abondante & plus colorée; tout alloit, comme on voit, très-mal. Le régime & les remedes que l'art indique en pareil cas, l'eurent bientôt rétablie, à la perte blanche près, qui eſt cependant beaucoup diminuée, & qui au moment où j'écris ceci (*), eſt prête à être

(*) Le 24 décembre 1778.

abſolument tarie : ce que j'aurois déterminé plutôt, ſi elle n'avoit pas eu quatre ans d'ancienneté (22).

Je ne finirois pas, ſi je voulois rapporter tout ce que j'ai vu & ouï dire des mauvais effets du café d'orge. Comment s'eſt-il

---

(22) Je crois qu'en bonne Médecine on doit penſer des pertes blanches comme des cauteres, des anciennes plaies, des glandes ſuppurantes chez les ſcrophuleux, &c. ; & certainement pluſieurs femmes n'auroient pas à ſe plaindre de vapeurs, de dégoût, de foibleſſes, du cancer, d'éruptions cutanées, dartreuſes, & autres à la face & ailleurs, ſi elles euſſent employé les remedes préparatoires & convenables, avant de prendre ceux qui ſont propres à tarir ou à diminuer les *pertes blanches*. Je ne dirai rien du café au lait dont on fait un ſi fréquent uſage. Les Médecins qui ont écrit pour le Public, l'ont aſſez fait connoître ; & tout le monde ſait à préſent qu'il eſt très-nuiſible, ſur-tout aux femmes qui ont des pertes blanches, & à toutes les perſonnes qui n'ont pas un bon eſtomac.

donc accrédité ? Rien n'eſt plus ſimple : l'orge préparé à la maniere du café, & mêlé avec le lait & le ſucre, forme une boiſſon agréable ; & comme a dit un Auteur célebre, le poiſon eſt doux, & on l'avale.

Les filles cloîtrées auront ſoin, autant qu'il ſera poſſible, d'éloigner la triſteſſe ; ou s'il s'en trouve pluſieurs dans la même maiſon qui ſoient triſtes, qu'elles s'aſſemblent, ſe content leurs ennuis : c'eſt ſouvent le meilleur moyen de les diſſiper.

Quant au régime, elles s'abſtiendront de toute eſpece de ſucrerie, ou de tout ce qu'on connoît ſous le nom général de bonbons, qui détruiſent abſolument les digeſtions ; & quoique

la foibleſſe d'eſtomac ne ſoit pas le plus ſouvent la cauſe de leurs maux, elle aide au moins toujours très-puiſſamment à les entretenir, ou à les y diſpoſer.

On devroit de temps en temps faire voyager les Religieuſes, en les envoyant dans des Couvents de leur Ordre, ou autres qui ſeroient voiſins.

Le changement d'air, l'agrément des voyages, leur feroient un bien merveilleux; car, comme on ſait, la gaieté, le bon air, l'air libre, l'exercice, ſont ſur-tout l'ame de la ſanté.

Dans preſque tous les Couvents de filles, on fait un grand uſage de ſemences froides, de l'orgeat, de la racine & de la fleur de nymphæa, de celle-ci

ſur-tout ; c'eſt comme du ſel, on la fait entrer dans preſque tous les mets. Heureuſement cela n'eſt qu'inutile, parce que la petite quantité qu'on emploie ne ſignifie abſolument rien pour le but qu'on ſe propoſe. Il n'en eſt pas de même des ſemences froides, elles ruinent les digeſtions.

En général les Religieuſes mangent trop, relativement à l'exercice qu'elles font. L'eſtomac ſurchargé s'affoiblit, & à la fin ne digere plus, ou très-mal ; ce qui produit une infinité de maux, toujours difficiles à détruire, parce qu'ils ont pour cauſe immédiate l'extrême foibleſſe de l'eſtomac, dont les fonctions ſont abſolument néceſſaires pour favoriſer l'action des remedes in-

ternes. Auſſi ne ſauroit-on avoir trop de circonſpection ſur leur uſage ; & ſi l'on échoue preſque toujours dans le cas préſent, c'eſt le plus ſouvent pour les vouloir trop fréquemment adminiſtrer ; au lieu d'inſiſter ſur la diete, l'exercice, les frictions ſeches, & autres moyens, tant phyſiques que moraux, dont un Médecin intelligent retireroit tous les avantages poſſibles.

Les boiſſons chaudes affoibliſſent beaucoup l'eſtomac ; & ce ſont preſque toujours les perſonnes les plus foibles qui en font uſage, tandis que rien ne leur ſeroit plus avantageux que les boiſſons à la glace : je ne ſais pas même ſi une ſemblable précaution, par rapport aux ali-

ments ſolides, ne ſeroit pas des plus ſalutaires. On me dira peut-être que les aliments gras, huileux, pâteux, les ragoûts, les apprêts de poiſſons, &c. (23), ne valent rien froids. A la bonne heure; mais les perſonnes foibles ne doivent pas en uſer (24).

(23) L'on croit communément que les poiſſons ſont faciles à digérer, & l'on ſe trompe; ils fatiguent beaucoup l'eſtomac, le tapiſſent de glaires & de matieres viſqueuſes. L'anguille, & les autres poiſſons de cette claſſe, qui par le peu de mouvement qu'ils font, ſont ordinairement gras & gluants, ſont très-mal ſains; & c'eſt peut-être pour cette raiſon, comme l'obſerve le Docteur *Arbuthnot*, que les poiſſons ſans nageoires & ſans écailles, étoient défendus aux Iſraélites.

(24) Les Religieuſes ſe délivreroient bientôt des infirmités qu'entraînent néceſſairement le défaut d'exercice & la monotonie où leur état les réduit, en uſant pour boiſſon ordinaire d'un bon vin clairet ſpiritueux, tel que celui de Bourgogne, de la Côte-Saint-André, &c. Si j'avois beſoin de prouver l'avantage de ce régime, je citerois un Couvent de cette Province, ſitué dans un

Outre l'affoibliſſement de l'eſtomac, l'uſage immodéré de certains aliments difficiles à digérer, entraîne un très-grand inconvénient, dont perſonne, que je ſache, ne s'eſt douté, ſi ce n'eſt S. Jerome, dans ſa Lettre à une jeune veuve, qu'il invite à reſter telle, après lui avoir montré l'erreur où ſont ceux qui croient plus facilement pouvoir vivre dans le célibat, en ne mangeant que des légumes, dont ils ſe ſurchargent l'eſtomac. Cet éloquent Pere de l'Egliſe ajoute que rien n'enflamme notre corps & ne le

---

lieu dont les vins ont toutes les qualités requiſes, & où cependant toutes les Religieuſes étoient ci-devant maladives, parce que pour économiſer on faiſoit vendre leur vin, pour leur en faire boire de moins bon & à meilleur marché.

porte plus à la luxure, qu'une digeſtion pénible. *Nihil magis titillat genitalia, quàm indigeſtus cibus* (25).

Il eſt encore pluſieurs Couvents où l'on eſt dans l'uſage de ſe donner la diſcipline, de porter des cilices ; & cela dans la vue d'aſſoupir les paſſions. Ce qui fait préciſément le contraire, & d'une maniere ſi frappante, qu'il faut abſolument, ou qu'on ne veuille pas s'en appercevoir, ou qu'on aime à augmenter le danger, pour avoir plus de mérite à ſe vaincre. Voilà tout ce qu'on peut penſer de plus favorable de ceux ou celles qui ne ceſſent pas auſſi-tôt cette indécente pratique. Quoi qu'il en ſoit, je deſirerois bien

(25) *Sancti Hieronymi Epiſtola ad Furiam, de viduitate ſervandâ.*

sincérement que quelque ami de l'humanité employât son loisir à traduire l'Ouvrage du Chanoine *Boileau* sur cette matiere. Il y peint, avec les couleurs les plus fortes & les plus vraies, non seulement la nuisibilité de la flagellation, mais encore le ridicule, la perversité, l'indécence & la turpitude qu'il y a de la mettre en pratique sur quelle partie du corps que ce soit, mais sur-tout sur les lombes; & il ajoute qu'il ne craint pas que ses sentiments soient désapprouvés par les principaux Théologiens de l'Eglise Chrétienne (26).

Il

(26) *Confido enim ex his omnibus, ab iis (Proceribus Ecclesiæ Christianæ) intellectum iri faciliter usum flagellandi deorsùm seipsum, ferè semper esse non solùm insolens, novum & supervacaneum, verùm etiam perversum, probrosùm*

Il eſt des filles chez qui la graiſſe nuit à la beauté, & qui pour ſe maigrir, emploient le vinaigre, le ſuc de citron, ou autres acides; ce qui leur réuſſit le plus ſouvent ſi bien, que bientôt elles deviennent extrêmement ſeches, contractent des obſtructions dans tous les viſceres du bas-ventre. Delà ſuit néceſſairement l'altération de toutes les fonctions, & ſur-tout du flux menſtruel. La poitrine n'eſt pas plus épargnée; ce qu'annonce une toux ſeche, très-incommode, ſuivie de palpitations de cœur. Toutes ces

---

broſum & turpiſſimum. Hiſtoria flagellantium, *pag. 341.*

Ce paſſage ne ſera point déplacé pour ceux & celles qui ſavent le latin; c'eſt ſeulement pour leur faire voir que je n'ai fait que le traduire foiblement.

affections réunies, les précipitent bientôt dans la phthiſie, le maraſme; maladies également funeſtes, & preſque toujours incurables.

Elles s'y prennent donc très-mal pour ſe maigrir. Le meilleur moyen pour cela, ce ſeroit de faire diete de temps en temps, c'eſt-à-dire, de ſe mettre à quatre bouillons maigres par jour, & à l'eau pour toute boiſſon, & de ne ceſſer ce régime que pour uſer d'aliments tirés des végétaux, comme les légumineux, les différentes eſpeces de fruits, de confitures; s'abſtenant abſolument de toute eſpece de viande, extraits des viandes; uſant alors pour boiſſon ordinaire, d'un vin blanc léger, ſur deux tiers d'eau; ayant

ſoin ſur-tout de reſter peu au lit, & de faire beaucoup d'exercice ; le chant, le babil (27), la lecture à haute voix, la danſe, le volant, la promenade

(27) C'eſt ſouvent à tort qu'on reproche aux femmes en général, & ſur-tout aux jeunes filles, de trop parler. L'on devroit conſidérer que quand nous ne ſommes pas dépravés, nous n'avons aucun penchant dont la ſatisfaction modérée ne nous ſoit plus ou moins avantageuſe, pour ne pas dire néceſſaire ; d'où je conclus que l'intempérance de langue eſt utile aux femmes, ou du moins à la plupart d'entre elles : c'eſt une eſpece d'exercice par lequel la nature ſe dédommage en quelque façon de l'inertie où la ſociété les réduit. Cela eſt ſi vrai, que l'on obſerve aſſez conſtamment que celles qui agiſſent beaucoup, ſont plutôt taciturnes que babillardes ; & ce n'eſt aſſurément pas pour elles que *Jean-Jacques Rouſſeau* a dit, que rien ne nuiſoit plus aux femmes que le ſilence.

Qu'on ne croie pas cependant que je veuille prétendre que l'excès du babil, à ne le conſidérer même que phyſiquement, ne puiſſe beaucoup nuire ; l'enrouement, la toux, la foibleſſe d'eſtomac, la maigreur extrême, en ſont les ſuites ordinaires.

à pied, ſe préſentent avec avantage.

Il y en aura cependant quelques-unes qui, malgré leur exactitude à obſerver ce régime, conſerveront encore de l'embonpoint plus qu'elles ne voudroient. Mais je ne vois pas pour quelle raiſon elles auroient lieu d'en être affligées ; car, outre que la graiſſe ſert à tenir chaudement, elle rend la peau douce, luiſante, polie. Ne conte-t-on cela pour rien ?

Tout ce que j'ai dit ſur le régime le plus convenable aux filles nubiles, tend à les rendre maîtreſſes de leurs digeſtions ; ce qui eſt très-eſſentiel pour jouir d'une bonne ſanté : mais cela leur ſeroit abſolument im-

poſſible, ſi elles n'avoient ſoin auparavant de ſe rendre maîtreſſes de leurs paſſions (28). Qu'elles n'oublient donc jamais *qu'elles portent un tréſor dans des vaſes fragiles*; & que le plus ſûr moyen de le conſerver, c'eſt d'être ſobres d'eſtomac & de cœur.

Sexe charmant, je ne ſaurois aſſez vous inviter à ſuivre exactement les avis que je vous ai donnés dans cet Ouvrage; la

(28) L'on ne ſauroit trop tôt inſpirer le goût du travail aux jeunes perſonnes; les demoiſelles même de la premiere diſtinction ne doivent point être exceptées, parce que je ne les crois pas diſpenſées d'être vertueuſes: l'oiſiveté tue la vertu, ou l'empêche de naître. *Ovide* qui s'y connoiſſoit très-bien, nous a laiſſé ſur ce ſujet quatre mots que tout le monde devroit ſavoir, & ne jamais oublier: *Res age, tutus eris;* Si tu veux être ſage, travaille.

santé qui en sera le fruit, déploiera en vous tous les charmes que la nature vous a prodigués. N'oubliez jamais de les embellir par la vertu ; sans elle ils n'auroient qu'un faux éclat : & comment pourriez-vous ne pas l'aimer ? elle est si belle ; elle vous ressemble si bien ! Quoi qu'il puisse arriver, filles nubiles, soyez donc toujours vertueuses ; & bientôt un jeune époux chéri viendra vous mettre au comble du bonheur, qu'il recevra de vous, & qui le fixera sans doute. C'est alors qu'étant parfaitement heureuses, & faisant de parfaits heureux, vous jouirez encore du sensible & bien doux avantage de voir naître de vous des êtres sains & vigoureux, qui

ſe féliciteront un jour de vous devoir l'exiſtence, & d'en jouir ſous le plus beau regne qui fut jamais.

FIN.

P.3824

COUNTWAY LIBRARY OF MEDICINE
QP
84
V81
1779
RARE BOOKS DEPARTMENT